

## СОЦІАЛЬНА УЧАСТЬ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ ЯК УМОВА ЗДОРОВОГО СТАРІННЯ

О.О. Піменова

Луцький національний технічний університет, socio.lntu@ukr.net

Демографічні зміни, що сьогодні відбуваються як в Україні, так і світовій спільноті загалом, обумовлені зростанням кількості людей похилого віку. Визнаючи старіння населення як соціальну та індивідуальну проблему, важливо визначити механізм дій на всіх рівнях, які можуть вплинути на ситуацію. За таких умов питання якості та високих стандартів життя, низького рівня захворюваності стають пріоритетними у політичних, соціальних та економічних площинах сучасного світу.

Можна стверджувати, що цей підхід до людей пізнього етапу життя є пов'язаний із формуванням такої моделі процесу старіння як - здорове старіння. Зокрема, ВООЗ визначає його "як процес розвитку та підтримки функціональної здатності, що забезпечує благополуччя у похилому віці" [1]. Здорове старіння включає такі можливості: задоволення основних потреб; навчатися та приймати рішення; бути мобільним; будувати та підтримувати відносини.

Одним із важливих факторів, що є визначальним у процесі здорового старіння є соціальна участь. Беззаперечним є те, що людина - істота соціальна і, саме соціальні зв'язки та взаємодії є детермінантами основами життя. Однак, з віком значна кількість людей в силу об'єктивних обставин втрачає більшу частину таких зв'язків. У цих обставинах вміння адаптовуватись до змін, переосмислювати себе, залишатись фізично і соціально активним, відчувати зв'язок з близькими та із суспільством в цілому - є тими чинниками, що сприяють власне здоровому старінню. Важливо відмітити, участь - це, перш за все, право людей приймати рішення, які впливають на їх життя.

У людей похилого віку соціальна участь реалізується через волонтерство, активне громадянство, взаємодію з друзями та сім'єю, спілкування через соціальні мережі. Саме такі види діяльності сприяють збереженню інтересу до життя, а також дотримання здорового способу життя, який і покращує загальний стан здоров'я людей похилого віку. І, навпаки, самотність та ізоляція є тими факторами, які негативно впливають на життя людей похилого віку.

Сьогодні особливо важливим завданням є формуванням такого типу суспільства, у якому створені соціальні умови, що сприяють здоровому старінню, розвиваються міжгенераційні зв'язки, заохочується бажання людей похилого віку взяти на себе відповідальність за власне здоров'я.

### *Список використаних джерел:*

1. What is Healthy Ageing?//World Health Organization [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.who.int/ageing/healthy-ageing/en/> . Дата доступу: 20.03.2020.